



# INSIEME?!? SI PUÒ!!!

Il giornalino  
dell'Associazione  
Insieme si Può



info  
&  
web

L'ANGOLO  
DELLA COMUNICAZIONE  
di Alessio Cantarutti -  
Coordinatore Responsabile -

### Si informa che:

- con l'arrivo della bella stagione, è ricominciata l'attività di giardinaggio nel nostro giardino! Si chiede di fornire un cambio completo per i lavori all'esterno;
- siamo tutti caldamente invitati ad attenerci alle disposizioni per il contenimento del rischio contagio da COVID-19 e Vi ringrazio della Vs. certa e costante collaborazione;
- si ricorda che, come sottoscritto dai Tutori/AdS/Familiari nel patto di corresponsabilità prima dell'inizio degli Interventi Straordinari, ogni variazione della stato di salute dell'Ospite o di un familiare convivente, va comunicato anche per iscritto tramite il modulo "Allegato 6 - Scheda variazione stato salute" di cui avete ricevuto duplice copia all'atto di sottoscrizione del "Patto di corresponsabilità" e nel caso si manifestasse febbre > 37,5°C o uno dei sintomi, l'Ospite non potrà partecipare agli interventi straordinari presso i locali del C.S.R.E. "Chiara Aquini";
- per contattare il C.S.R.E. siete pregati di continuare a contattarmi al cellulare, al nostro numero fisso continuerà a rispondere il Gruppo Appartamento;

RingraziandoVi per la pazienza e per le attenzioni e restando a disposizione per eventuali chiarimenti, porgo cordiali saluti.

| giorno    | Spuntino di metà mattina | attività mattina | Pranzo                       |   |        | attività pomeriggio |
|-----------|--------------------------|------------------|------------------------------|---|--------|---------------------|
|           |                          |                  | Primo                        | Secondo                                   | Frutta |                     |
| Lunedì    | Mele cotte               |                  | Riso con i gamberoni         | Insalatona con tonno                      | \      |                     |
|           | \                        |                  | 2, 6,7,9,12                  | 4   | \      |                     |
| 24/5      | Monica                   |                  | Monica                       | Monica                                    | \      |                     |
| Martedì   | Frutta secca mista       |                  | Crema di carote e patate     | Frittata di zucchine, insalata e pomodori | \      |                     |
|           | 8                        |                  | 6, 7, 9, 12                  | 1, 3                                      | \      |                     |
| 25/5      | Mario                    |                  | Silvia                       | Silvia                                    | \      |                     |
| Mercoledì | Ananas                   |                  | Tortillas con Chili di carne | Insalata                                  | \      |                     |
|           | \                        |                  | 1                            | \   | \      |                     |
| 26/5      | Mario                    |                  | Silvia                       | Silvia                                    | \      |                     |
| Giovedì   | Budino                   |                  | Frico e Polenta              | Spinaci                                   | \      |                     |
|           | 7                        |                  | 7                            | \   | \      |                     |
| 27/5      | Giulio M.                |                  | Giulio M.                    | Giulio M.                                 | \      |                     |
| Venerdì   | Aperitivo                |                  | Fettuccine alla pizzaiola    | Insalata fantasia                         | \      |                     |
|           | 1, 3, 7, 8               |                  | 1, 7                         | 7   | \      |                     |
| 28/5      | Marco                    |                  | Marco                        | Marco                                     | \      |                     |



## La nostra passeggiata del 19 maggio

di Rudi Colautti



Vista la giornata, martedì abbiamo approfittato per farci una bella passeggiata. Usciti dal piazzale dell'Insieme si Può abbiamo preso la strada principale verso sinistra ed abbiamo imboccato la strada bianca. Superato il sottopasso (abbiamo visto anche il treno passare!), siamo arrivati fino alle scuole medie di Reana e alla sede dei "Donatori di Sangue". Abbiamo preso la strada a sinistra subito prima delle scuole e siamo arrivati fino all'essiccatoio; abbiamo attraversato Valle, proseguendo in direzione di Vergnacco. Lungo il percorso siamo passati davanti al Ristorante "Al Scus".

Abbiamo poi preso il sentiero delle Rogge, girando a destra. Siamo arrivati fino al mulino, dove si può comprare le piantine per l'orto e la farina. Purtroppo non abbiamo potuto attraversare il ponte perché è chiuso per manutenzione! Abbiamo fatto rientro per pranzo.

## E qualche foto pure di quella di oggi (20 maggio)



L'angolo del gusto

di Simone Qualizza

le Banana Fritters

PREPARAZIONE

La cucina thailandese si contraddistingue per i sapori decisi e la predilezione di spezie ed aromi e la ricetta delle banana fritters ne è un ottimo esempio. Una tradizione gastronomica ricca di note agrodolci ed abbinamenti originali, tra cui i più apprezzati sono sicuramente quelli a base di frutta e ingredienti salati come

INGREDIENTI

- 4 banane
- 40 g di zucchero semolato
- 100 g di farina 00
- 50 g di farina di cocco
- 2 cucchiaini di Miele
- 1 uovo



ad esempio: gamberi accostati a latte di cocco o carne bianca abbinata a frutta secca. La ricetta delle banane fritte rientra tra le preparazioni tipiche della cucina thai: la ricetta tradizionale prevede che queste frittelle vengano avvolte nelle foglie di banano e fritte in una pastella preparata con farina di cocco, miele e bicarbonato. La difficoltà nel reperire le foglie di banano ci consente di optare per una generosa spolverata di zucchero a velo e cannella. Il consiglio per l'ottima riuscita di queste prelibatezze è quello di scegliere delle banane non troppo mature e di lasciare riposare la pastella per

almeno venti minuti prima di cuocerla, in modo che la frittura risulti croccante e dorata.

- 1 Mescolate metà della quantità di farina 00 con il bicarbonato, lo zucchero, il sale e l'uovo. Sbattete il tutto con la frusta fino ad ottenere un composto spumoso e senza grumi.
- 2 A questo punto unite anche la farina di cocco e continuate a montare. Lasciate riposare la pastella in frigo per almeno 20 minuti.
- 3 Intanto mettete a scaldare l'olio in una capiente padella dai bordi alti, sbucciate le banane e tagliatele a rondelle abbastanza spesse. Quando l'olio è abbastanza caldo, passate le fette di banana nella pastella e immergetele nell'olio.
- 4 Friggete ciascun pezzetto di banana per pochi minuti girandolo da entrambi i lati e lasciateli scolare in un piatto su carta assorbente.

Reportage

di Emanuela M.



fig. 1



fig. 2



fig. 3



fig. 4



fig. 5



fig. 6



fig. 7



fig. 8

Qualche tempo fa papà ha comprato dei pulcini e li ha portati nella stalla di San Gervasio. Sono 20 pulcini bianchi e gialli ed uno rosso e bianco. Per trasportarli li ha messi in una scatola di cartone e poi ha preparato del fieno e li ha lasciati liberi (fig. 1). Oltre ai pulcini papà ha anche delle galline. Si prende cura di loro, le dà da mangiare e anche l'acqua. Le galline hanno le piume colorate: due rosse, una nera, due bianche e una bianca e grigia. Alcune delle uova che fanno le teniamo noi -facciamo dei dolci ad esempio- altre le regaliamo a parenti ed amici (fig. 2).

Nella foto numero 3 siamo andati a fare un giro per i campi nei dintorni di Nimis; abbiamo visto che hanno sistemato il passaggio mettendo ai bordi dei grossi massi dove sono stati piantati diversi fiori, tutti colorati, delle piante grasse rosse e verdi. E' stata anche creata una aiuola (fig. 4). Una foto con me ed una con la mamma e Federica in questo bel paesaggio non poteva mancare!

Andiamo spesso a passeggiare nei campi; in questa foto (fig. 5) io e mia sorella siamo tra le viti coltivate da papà, che si trovano andando verso San Gervasio. Mi piacciono molto i colori di questa foto: il verde del prato, i fiori bianchi e gialli. Mi ricordo che quel giorno non c'era il sole, era piuttosto nuvoloso ma me lo ricordo volentieri perchè abbiamo raccolto un sacco di fiori che abbiamo portato a casa per la mamma. Li ha apprezzati molto, li ha messi nel salotto

Queste sono le foto (fig. 6 e 7) di due torte che abbiamo mangiato assieme a mio fratello e Laura. Noi abbiamo preparato quella nella prima foto, una torta con le noci e lo zucchero a velo sopra. Laura invece ha portato una torta con i lamponi e mirtilli, con la gelatina sopra. Erano molto buone entrambe!

In questa foto (fig. 8) mostro orgogliosa il pane di patate che abbiamo preparato. Abbiamo anche fatto delle frittelle di patate dolci.

Ci sono anche dei fiori gialli e bianchi che abbiamo raccolto nei prati durante una passeggiata.

Associazione Insieme si Può Onlus - Via Vittorio Veneto 136, 33010 Reana del Rojale (UD) - 0432 857786 - isp@associazioneinsiemesipuo.it - www.associazioneinsiemesipuo.it

94019500308

Da una visione lungimirante che voleva offrire un'accoglienza a misura di Persona, nel 1987 nasce l'Associazione Insieme si Può. Tali intenti ispirano ancora tutte le nostre azioni dove il fulcro è stato, e è vuole continuare ad essere, la ricerca di un maggiore livello di Qualità di Vita delle Persone accolte a Casa "Chiara Aquini".

Se anche quest'annoverrai scegliere di accordarci la Tua fiducia, sapremo mettere a frutto il Tuo aiuto in modo concreto e trasparente. Potrai indicare nella dichiarazione dei redditi, nel riquadro del 5‰ alle ONLUS, il nostro codice fiscale.

Il Tuo sostegno ci permetterà di continuare ad essere un significativo punto di riferimento sul territorio.

A nome di tutte le persone che fanno parte dell'Associazione, Ti ringraziamo per quanto vorrai e potrai fare!